Nr. 12. Kraków 28 listopada 1912 r. Bezpłatny dodatek do „NOWIN“. (Osobno sprzedawać nie wolno.)

PRAKTYCZNA GOSPODYNI

wychodzi w każdy czwartek jako dodatek do „Nowin“

wraz z Biblioteką powieściową „NOWIN“
- Romans i powieść -
10 tomów rocznie.

Co modne?

Moda obecna, mimo tych ciężkich czasów i powszechnego braku gotówki, jest bardzo kosztowna. Używa futer, które są bardo drogie, używa materyałów drogich, które się pięknie układają.

Wogóle „souplesse“ — plastyczność materyałów jest na pierwszym planie — a więc będziemy widzieć kostyumy z pluszów, z wełnianych aksamitów, z tkaniny „zibeline“; a wszystkie w odcieniach dyskretnych, raczej ciemnych — jak: bronzowy, ciemnobordo i cała fala odcieni zielonych „sienne“.

Wielką nowością i niespodzianką sezonu jest wprowadzenie dawnych, zapomnianych brokatów i adamaszków, które, o ile sądzić można, stanowić będą szaloną „vogue“ w świecie elegantek.

Ach, jeszcze inny prześliczny efekt, to — wielka moda, znowu z dawnych czasów, noszenia na noc i na rano czepeczków. Są to „bonnets“ w stylu 18-go wieku, z miękkiego fularu z falbaną z cienkich koronek. Szczególnie rano, kiedy uczesanie nie jest jeszcze gotowe, czepeczek taki, zastosowany umiejętnie do całości, stanowi zachwycający szczegół.

Na zakończenie, parę słów o gorsecie. Nie jest on wyrugowany z mody obecnej — i nie będzie. Natomiast zaszły w budowie jego pewne, zasadnicze zmiany. Pozostając nadal bardzo długim od dołu, jest on nadzwyczaj nizki od góry i nie ma już owej formy „pancerza“, nabitego niezliczoną ilością fiszbinów. Przeciwnie — jest ich jak najmniej, tylko, żeby ścisnąć biodra i nadać figurze pewną jednolitość (gdyż tak zwana „wciętość“ w pasie nie ma dziś żadnego zastosowania.) Kombinacye materyałów do wyrobu gorsetów są wielkie; największą furorę robią gorsety z trykotu, oczywiście dostępne tylko dla osób szczupłych, z powodu swojej rozciągłości. Po za tem i tu są różne pomysły wytwórców, więcej oryginalne, niż możliwe do noszenia, jak np. gorset ze skóry „peau de suède“ lub z brokatu, wyciskanego złotem.

Jak widzimy, i na tem polu wszystko dąży do wywołania i ułatwienia „souplesse“ giętkości całej figury i nic dziwnego, boć przecie modę tworzą paryżanki, słynne ze swych wężowych postaci.

Praktyczne suknie na codzień do gospodarstwa.



Kostyum z materyi w kratkę. Kostyum z ciemno-granatowego płótna. Kostyum z perkalu.

Przepisy kulinarne.

Zrazy baranie po francusku. Kawałek baraniny z pieczeni pokrajać na zrazy, zbić mocno, opieprzyć, posolić i posypać mąką. Łyżkę masła zrumienić w rondlu, ułożyć zrazy, wsypać garść małych cebulek i kilka pokrajanych grzybków. Gdy się zrazy obrumienia, dodać łyżkę marmolady pomidorowej, wlać pół szklanki czerwonego wina i pół łyżeczki Maggi i dusić je na wolnym ogniu przez godzinę. Podać do nich całe kartofle lub krokiety z kartofli.

Przepis na majonez. Wybić w czyste gliniane naczynie 2 żółtka świeże, wsypać szczyptę soli, odrobinkę pieprzu białego, wlać trochę octu estragonowego. Łyżką drewnianą trzeć to wszystko zawsze w jedną stronę, a gdy już się gładzić zacznie, wlewać najpierw po kropelce, a potem cienkim sznureczkiem nieco oliwy, dopuszczać soku cytrynowego potrochu, trzeć bezustannie, gdy

Dwie panie.

Jesteśmy w poczekalni dentysty. Wszystkie fotele zajęte. Jakaś panienka czyta książkę. Jakiś pan przegląda ilustrowane pismo. Jakaś pani zajęta jest robótką ręczną. Jakiś uczeń w mundurku chodzi po saloniku, podtrzymując dłonią policzek. Inni siedzą bezczynnie. Wchodzi młoda, modnie ubrana pani i siadając rozgląda się po obecnych.

— To jeszcze potrwa może dwie godziny — powiada trochę do siebie, a trochę do najbliższej sąsiadki.

— A potrwa — mówi zagadnięta.

— Pani która z rzędu? — pyta przybyszka.

— Przyszłam przed panią.

— O, to będziemy razem czekać. Nieszczęście z tem czekaniem!

W ten sposób nawiązała się rozmowa, która już potem nie urwała się ani na chwilę. O czem mówią dwie zupełnie obce sobie panie? O wszystkiem. Zaczęły od zębów i pogody, która wpływa na zęby i przeszły odrazu na wszystkie zęby całej rodziny jednej i drugiej. Mówiły tak głośno, że wszystko chcąc nie chcąc musiało słuchać, więc i ja słuchałem. My słuchacze szliśmy myślą za ich słowami. Temat zmieniał się bardzo szybko pomimo, że każdy szczegół omawiano wyczerpująco.

Poznaliśmy więc dokładnie całą rodzinę jednej i drugiej pani, datę urodzenia każdego członka rodziny, miejsce zamieszkania i adres dokładny, dzień ślubu, wysokość posagu, dzień śmierci i chorobę, która śmierć spowodowała, meble i ich cenę, bieliznę — wszystko.

Potem wpuszczono nas do wnętrza domu jednej i drugiej pani. Tu poznaliśmy rozkład mieszkania, ilość ubikacyj i pieców, wysokość czynszu, zalety i wady mieszkania, zwyczaje męża każdej z nich, zalety dzieci, które są wzorem doskonałości i wady sług, których tu nie powtarzam, bo z powodu nawału materyału nie mogę rozpisać się o tem na sześciu szpaltach.

My niemi słuchacze patrzyliśmy się tylko na siebie od czasu do czasu pytając się wzrokiem, na co my o tem wszystkiem wiedzieć mamy. Co mnie np. obchodzi, że mąż jednej z rozmawiających pań nosi już od początku jesieni trykotową bieliznę i ciągle jest zakatarzony, podczas gdy mąż drugiej nie nosi z zasady trykotowej bielizny i także jest ciągle zakatarzony?

Co nas to obchodziło, że synek jednej z pań ma wszystkie dobre zalety, a tylko ten brzydki zwyczaj, którego go oduczyć nie można, że zjada kożuszek z mleka, a córeczka drugiej pani wszystko bierze do ust a najchętniej pieniądze.

Znam teraz aż do najdrobniejszych szczegółów wszystkie tajemnice dwóch domów, a gdybym je przed kimś powtórzył bodaj pobieżnie, obie panie nazwałyby mnie obgadywaczem, plotkarzem, gadułą, który im wyrządził krzywdę. I słusznie.

Ale one same...

tężeć zacznie, dolać znowu oliwy i soku cytrynowego; tym sposobem można otrzymać tyle majonezu, ile żądamy, bacząc na odpowiednią jego dobroć.

Robota majonezu wymaga chłodu, dlatego dobrze jest naczynie z robotą trzymać na lodzie.

Kuropatwy duszone. Świeże kuropatwy po oczyszczeniu wymoczyć niedługo gdy się je przyrządza w jesieni, bo są miękkie; w zimie, gdy starsze, mogą być twarde, trzeba je więc moczyć parę godzin, dodając na kilka kuropatw łyżeczkę sody oczyszczonej, od której kruszeją, a nie tracą zupełnie na smaku. Na godzinę przed pieczeniem, po zupełnem osączeniu z wody, co się otrzymuje, położywszy kuropatwy na sitku, starannie naszpikować cienką słoniną, mało osolić, obrumienić na maśle, przekroić na połówki, obsypać mąką, zalać śmietaną, niech się duszą jakie pół godziny. Podając na stół, podać cytrynę dla wyciśnięcia soku na kuropatwy.

Kuropatwy pieczone. Trzeba je oczyścić, przyrządzić i jak wyżej powiedziano: naszpikować gęsto słoniną, lub owiązać plasterkami tejże; poczem piec w piecyku, często polewając masłem. Trzeba je włożyć w bardzo gorący piec, gdyż dłużej, niż 30—40 minut, piec się nie powinny. Gdy się je kładzie na półmisek, przekroić każdą kuropatwę wzdłuż piersi trzy razy, w te przecięcia nałożyć masła deserowego, wymieszanego z sokiem cytryny, obłożyć grzankami z bułki, obtartej ze skórki na tarce, przełożonemi plasterkami cienkimi słoniny i usmażonymi na patelni pod blachą, podłożywszy łyżkę masła. Kuropatwy podlać masłem na którem się smażyły. Powinno go być sporo, bo i kuropatwy i grzanki wymagają tego.

Obiady gospodarskie.

Dyspozycye na tydzień z uwzględnieniem pory roku.

Piątek 29 listopada.

Barszcz zabielany z kartofelkami. Pierogi leniwe. Ryż ze śmietaną.

Sobota 30 listopada.

Rosół z kluskami z grysiku. Sztuka mięsa z chrzanem zapiekana w piecu. Marchewka z grzankami. Kompot.

Niedziela 1 grudnia.

Zupa kalafiorowa. Zając z sosem śmietanowym z czerwoną kapustą i kartofelkami. Tort kawowy.

Poniedziałek 2 grudnia.

Zupa grzybowa czysta z płatkami. Zrazy baranie po francusku. Kruche ciastka z marmoladą.

Wtorek 3 grudnia.

Zupa grochowa. Wędzonka z kapustą. Suflet z jabłek.

Środa 4 grudnia.

Zupa kminkowa z lanem ciastem. Pieczeń wołowa z makaronem. Szarlotka z jabłek.

Czwartek 5 grudnia.

Zupa ziemniaczana. Pieczeń cielęca z sałatą z grochu, selera i śledzia. Omlet z konfiturami lub serem parmezanem.

Praktyczne rady i wskazówki.

Jak poznawać dobroć kupionego mięsą?

Wołowina. Świeża i w dobrym gatunku powinna być mocno czerwona, oblana tłuszczem jasno-żółtym, podobnym do świeżego masła i tak twardym, żeby nie ustępował pod palcem. Tłuszcz miękki, kolor mięsa czerwono-brunatny, sinawy, są niezaprzeczonemi oznakami złego gatunku mięsa.

Cielęcina. Powinna mieć skórkę białą, tłuszcz bardzo biały i jakby przeźroczysty. Cielęcina czerwonawa, nerki oblane czerwonawym tłuszczem — jest złą i takiej nigdy nie należy kupować, gdyż jest bez smaku.

Baranina. Mięso baranie powinno być mocno czerwone, nerwy cienkie, tłuszcz biały i delikatny. Złą łatwo poznać po sinawym i ciemnawym kolorze, [illegible] żółtym.

Wieprzowina. [illegible] być koloru jasno-różowego, oblana i przerośnięta tłustością białą zupełnie, mięso powinno być równe; białe okrągłe kropki, wielkości kaszy jaglannej, oznaczają tak zwane „węgry" i są bardzo szkodliwe zdrowiu, niektóre mięso zawiera ich więcej, niektóre mniej; najłatwiej je rozpoznać w słoninie lub na skórze, gdzie znać wtedy, jakby jakieś kropkowanie, czyli skórę chropowatą. Słonina powinna być biała, bez żadnych nerwów i mieć zapach świeżości.

Drób. Najpierwszym tu warunkiem jest kruchość, czyli miękkość, którą należy mieć na uwadze, szczególniej gdy pora młodego drobiu minie, to jest od 1 grudnia do 1-go czerwca. Młody drób ma zawsze grube łapy i kolana, ta charakteryzująca oznaka ginie z wiekiem. Stara kura ma łapy cienkie, szyję chudą, a skórę na udach koloru fioletowego. Zasadą dobrej kuchni jest, aby nigdy nie używać starego drobiu, w jakikolwiek go się bowiem sposób użyje, nigdy nic dobrego z niego zrobić nie można. Dobrą indyczkę poznaje się po białości skóry i tłuszczu, zła ma długi włos i pióra, a skórę na udach fioletowego odcienia. Gęś dobrą lub kaczkę poznaje się po grubości skrzydeł i miękkości spodniej części dzióba, który zagiąwszy powinien się łatwo łamać, tłustość powinna być biała i zupełnie przeźroczysta.

Z hygieny.

Ile jadać?

Niedostateczne odżywianie się kobiet.

Ile właściwie powinno się jadać? Zapytała się raz jedna z pacyentek słynnego lekarza: „połowę tego co się zwykle jada" odpowiedział tenże.

W każdym razie tkwi w tem orzeczeniu nieco prawdy. O ile koniecznem jest dla zdrowia smaczne i urozmaicone jedzenie, o tyle niezdrowe jest jego nadużycie. Kto chce do późnej starości zachować elastyczne ruchy, ten niechaj zawczasu w młodości już nie jada zbyt dużo.

Jeżeli się nie czuje potrzeby jedzenia lub picia, to lepiej zaniechać tego. Zbytek jedzenia robi człowieka ociężałym tak fizycznie jako też duchowo — szczególnie kobiety sprowadza do przedwczesnej otyłości i ociężałości.

W środkowej Europie jadają nadmiernie, na południu zaś umiarkowanie, jest w tem już wpływ klimatu.

Ceny mięsa są tak obecnie wygórowane; jedyną więc pociechą w tem zmartwieniu jest to, że jedzenie dużych ilości mięsa jest szkodliwe dla zdrowia. Artretyzm, skleroza i inne choroby objaśniają się po większej części skutkiem nadmiaru spożywania mięsnych potraw.

Za dużo jadać — jest po części tylko przyzwyczajeniem, które datuje się często już od dzieciństwa. Można i należy jadać mniej z pożytkiem dla zdrowia.

* * *

Atoli również jak przesadnej ilości jedzenia, wystrzegać się należy niedostatecznego odżywiania się.

Zwłaszcza kobiety grzeszą tem *i lubią oszczędzać na jedzeniu.* Niejedna z kobiet zwłaszcza w sferze zarobkującej, woli kupić sobie kapelusz i rękawiczki niż jadać pożywne obiady. Zapycha się byle czem, *oszukuje* żołądek, traci przez to apetyt — i popada w anemię, staje się nerwową etc. Nadmierna oszczędność co do jedzenia jest szkodliwą.

Zwłaszcza kobiety pracujące powinny się dobrze i należycie odżywiać, podobnie jak to czynią mężczyźni. Nie zaszkodzi im szklanka piwa przy kolacyi. Jest niemiecka maksyma, którą warto zapamiętać: *Sparen am Essen, heisst Nerven vergessen.* Pamiętać trzeba przedewszystkiem, aby śniadanie było pożywne i aby je jedzono bez nadmiernego pośpiechu. Wzorem w tej mierze służą Anglicy, którzy do herbaty zrana jedzą mięso i konfitury. A następnie przynajmniej drugi główny posiłek (obiad lub kolacya — co kto woli) powinien być taki, aby można do syta i smacznie się najeść.

Jak długo mężczyzna jest młodym?

Pewien dziennik hiszpański urządził w tej „sprawie" obszerną ankietę i zebrał całą wiązkę prawd i spostrzeżeń, które pisma różne kolportują na użytek wszystkich narodowości.

Zabierają w tej sprawie głos i kobiety — i ich głosy są zwykle nasiąkłe pesymizmem.

— Jeżeli się o kobiecie zaczyna myśleć jako filozof, a nie jako poeta — znak to starości.

— Mężczyzna jest młody, gdy czyni wśród kobiet ofiary, stary, gdy sam się staje ich ofiarą.

— Mężczyzna jest młody, gdy umie wywołać zazdrość.

Oto aforyzm — pełen cynizmu:

— Mężczyzna jest młody, dopóki... nie myśli o małżeństwie.

Słynny zdobywca serc kobiecych, książę Richelieu, powiedział w danej materyi prawdę następującą, wartą przy tej okazyi przypomnienia:

— Poznałem, iż się starzeję po tem, że kobiety moje miłosne oświadczenia poczęły brać za komplementy. Dawniej było odwrotnie: moje komplementy brały za deklaracye miłosne.

Ludzie się nie chcą żenić.

Statystyka wykazuje, że w Austryi z roku na rok się zmniejsza liczba małżeństw.

Poszukując przyczyn tego smutnego — smutnego nie tylko dla panien — zdarzenia przychodzi się do wniosku, że zmniejszanie liczby małżeństw pozostaje w ścisłym związku z wzrastającą drożyzną. Im drożyzna większa, tem liczba małżeństw mniejsza.

Ubolewać wypada nad tym objawem z pobudek moralnych i państwowych. Moralność niewątpliwie cierpi, jeżeli w społeczeństwie znajduje się zbyt wiele jednostek, hołdujących z konieczności materyalnej celibatowi. Tak samo i państwu grozi poważne niebezpieczeństwo, gdy się zmniejsza liczba dzieci i ognisk rodzinnych. Ale niepodobna się dziwić — że młodzi mężczyźni zaczynają się obawiać odpowiedzialności materyalnej, związanej z małżeństwem. Rząd nakłada coraz to świeższe podatki, bezpośrednie i pośrednie. Za sprawą tych ostatnich zwłaszcza skaczą w górę ceny środków spożywczych z miesiąca na miesiąc. Raz drożeje mleko, potem mięso, potem jarzyny, potem nabiał, potem znowu wędliny. Spożywca musi płacić albo musi mniej jeść. Trzeciej ewentualności, to jest okazyi do zdobycia większych zarobków niema w Austryi. Ani rząd ani parlament nie przeprowadzają reform, które umożliwiałaby sposobność do nowych zarobków.

Zresztą i rząd i parlament tolerują istnienie takich rozmaitych dusicieli ekonomicznych, jak kartele fabrykantów, poczynając od ostatniego kartelu żelaznego. Owe kartele co kilka miesięcy podwyższają ceny rozmaitych towarów. Schodzą się kapelusznicy, garbarze, szewcy, mydlarze, szczotkarze, fabrykanci mebli giętych i stolarze, schodzą się wszyscy możliwi wytwórcy na krótkie narady i dekretują: „Od dzisiaj za miesiąc nasz towar będzie kosztował o 10% drożej".

A ty, biedny konsumencie, rób, co chcesz, narzekaj, protestuj, płacz: Nic nie pomoże. Musisz albo płacić, albo chodzić boso, bez kapelusza, z niewymytemi zębami, możesz siedzieć na ziemi, używać palców jako widelca. W tych warunkach żenić się istotnie trudno!

Wydawca: Krakowskie Tow. wydawnicze. Odpowiedzialny i naczelny redaktor: Ludwik Szczepański. Drukiem Aleksandra Rippera w Krakowie